Grégory Burgeat

Poissons

Bar et croque-monsieur comté / coppa / truffe

1h05	50 min	15 min	0	493
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédients pour le poisson

520 g **Filet(s) de bar**
1 **Huile d'olive**
20 g **Beurre**
1 **Sel**

Ingrédients pour le Croque-monsieur

8 tranche(s) **Pain de mie**
100 g **Comté**
4 tranche(s) **Coppa**
50 g **Truffe**
50 g **Beurre**
1 **Huile d'olive**

Étape 1

Préparation de la truffe

1. Prendre la truffe et la passer sous un filet d'eau froide pour enlever la terre en la nettoyant avec une petite brosse.
2. Bien la sécher dans du papier absorbant puis la tailler très finement à l'aide de la mandoline c'est à dire environ 1mm.
3. Réunir toutes les parures puis les hacher très finement à l'aide du couteau éminceur et les débarrasser dans un saladier.
4. Les mélanger avec de l'huile d'olive pour obtenir une sorte de condiment qui ne soit pas liquide mais lié.
5. Réserver les copeaux sur une petite assiette et les couvrir avec un papier absorbant légèrement humide afin d'éviter qu'ils ne sèchent.

Étape 2

Préparation des Croque-monsieur

1. Préchauffer le four à 180°C (Th.6).

   Mettre le beurre dans un petit saladier et le faire fondre

2 au micro-ondes.

3 Étaler la moitié des tranches de pain de mie sur la planche à découper et beurrer une face à l'aide du pinceau et du beurre fondu.

4 Sur ces tranches, déposer une tranche de comté puis une tranche de coppa, quelques copeaux de truffe puis de nouveau une tranche de comté.

5 Réserver quelques copeaux de truffe pour le dressage.

6 Prendre les tranches de pain de mie restantes et les beurrer sur les deux faces puis déposer pour fermer les Croque-monsieur.

7 Prendre une plaque allant au four couverte de papier sulfurisé et y déposer les Croque-monsieur.

8 Poser une nouvelle feuille de papier sulfurisé par dessus, puis une nouvelle plaque ou un plat allant au four pour presser les Croque-monsieur afin qu'ils restent bien plats.

9 Enfourner pendant 10 à 15 minutes suivant la puissance du four jusqu'à ce que le pain de mie soit bien croustillant et que le comté soit fondu.

Étape 3

Cuisson du bar

1 Préparer une assiette couverte de papier absorbant.

2 Passer le doigt sur le côté peau des pavés pour s'assurer qu'il ne reste plus aucune écaille.

3 Sur ce même côté peau, pratiquer deux incisions à intervalles réguliers dans le sens le plus long du pavé.

4 Cela va éviter au poisson de se déformer durant la cuisson.

5 Mettre une poêle à chauffer sur feu vif et y ajouter un filet d'huile d'olive.

6 Lorsque l'huile est chaude, assaisonner de sel tous les côtés des pavés et les saisir sur feu vif côté peau.

7 Réduire le feu et cuire les pavés de bar à l'unilatéral pour obtenir une chair moelleuse et une peau croustillante.

8 Couper le feu lorsque la chair du poisson n'est plus translucide sur les côtés et qu'elle est devenue blanche puis retourner les filets et ajouter le beurre.

9 Arroser les pavés de bar avec le beurre quand il est bien moussant durant 30 secondes puis les débarrasser sur le papier absorbant et les réserver au chaud.

Étape 4

Finition des Croques

1 Sortir les Croque-monsieur du four et les déposer sur la planche.

2 Avec le couteau scie, les parer et les couper en deux.

Étape 5

Dressage

1. Dresser une moitié de Croque-monsieur sur assiette puis le pavé de bar par-dessus.
2. Déposer la dernière moitié du Croque-monsieur et ajouter quelques copeaux de truffe.
3. Dresser à côté la marmelade de truffe.